

心の健康に配慮した職場環境づくり 取組状況チェックリスト

チェックリストの目的

チェックリストを活用して、自社従業員のメンタルヘルス対策に関する取組みの現状を把握し、今後自社で取り組むべき内容を洗い出し、行動につなげる

車両台数

台

ステップ 1

- チェック項目の取組みが自社で出来ている場合は「はい」に○
- 出来ていない場合は「いいえ」に○
- 分からない場合は「不明」に○を付ける

ステップ 4

「いいえ」もしくは「不明」に○が付いた項目の中で、自社で実現可能だと考えられ、取組みたいものに☑チェックをつける

取組みの種類	項目	チェック項目	回答	今後取組みたいもの
基本方針・体制づくりに関する取組み	1	メンタルヘルス対策に関する社内方針を明確に定めている	はい / いいえ / 不明	<input type="checkbox"/>
	2	メンタルヘルス対策の担当者(責任者)を決めている	はい / いいえ / 不明	<input type="checkbox"/>
	3	産業医や外部専門家と連携できる体制を整備している	はい / いいえ / 不明	<input type="checkbox"/>
	4	ストレスチェックを年1回実施している	はい / いいえ / 不明	<input type="checkbox"/>
	5	ストレスチェックの結果を職場改善に活用している	はい / いいえ / 不明	<input type="checkbox"/>
一次予防・二次予防・三次予防に関する取組み	6	ドライバーのメンタル不調の兆候を把握する仕組みがある	はい / いいえ / 不明	<input type="checkbox"/>
	7	メンタルヘルスに関する相談窓口(社内や外部)を設置している	はい / いいえ / 不明	<input type="checkbox"/>
	8	ドライバーからメンタルヘルスに関する相談があった際の対応手順に関する規定を定めている	はい / いいえ / 不明	<input type="checkbox"/>
	9	メンタル不調による休職制度を整備している	はい / いいえ / 不明	<input type="checkbox"/>
	10	復職支援プログラム(段階的復帰など)がある	はい / いいえ / 不明	<input type="checkbox"/>
	11	復職後のフォロー(面談・業務調整)を行っている	はい / いいえ / 不明	<input type="checkbox"/>
	12	ドライバーにセルフケア教育を実施している	はい / いいえ / 不明	<input type="checkbox"/>
	13	管理職にラインケア教育を実施している	はい / いいえ / 不明	<input type="checkbox"/>
	14	パワハラやセクハラの対策をを実施している	はい / いいえ / 不明	<input type="checkbox"/>
	15	カスハラ(カスタマーハラスメント)の対策を実施している	はい / いいえ / 不明	<input type="checkbox"/>
メンタルヘルスに配慮した労働環境整備に関する取組み	16	ドライバーの時間外労働80時間未満/月の遵守をしている	はい / いいえ / 不明	<input type="checkbox"/>
	17	勤務時間インターバル11時間以上が守られている	はい / いいえ / 不明	<input type="checkbox"/>
	18	仮眠施設など、休憩・休息が適切に取れる環境を整備している	はい / いいえ / 不明	<input type="checkbox"/>
	19	ドライバーに過度なストレスや無理が生じないように、配車ルートなど運行計画が定期的に見直されている	はい / いいえ / 不明	<input type="checkbox"/>
	20	懇親会やスポーツ大会など、従業員同士のコミュニケーション活性化につながるようなイベントを開催している	はい / いいえ / 不明	<input type="checkbox"/>
	21	長時間の単独運転による孤独感や不安について、話題にしたり共有したりする機会がある	はい / いいえ / 不明	<input type="checkbox"/>
	22	ドライバーが睡眠不足や強い疲労を感じた場合に、無理せず申告・相談できる仕組みがある	はい / いいえ / 不明	<input type="checkbox"/>
	23	急な運行スケジュールの変更があった際、到着時間の見直しや休憩時間の調整を行うなど、ドライバーの負担に配慮している	はい / いいえ / 不明	<input type="checkbox"/>
その他メンタルヘルスに関する取組み	24	(掲示や社内情報誌等で)メンタルヘルスに関する情報を周知している	はい / いいえ / 不明	<input type="checkbox"/>
	25	健康経営優良法人や安全衛生優良企業認定など外部機関の認証を取得している	はい / いいえ / 不明	<input type="checkbox"/>

ステップ 2

「はい」と回答した項目の数

／25

ステップ 3

「はい」と回答した項目の中でメンタルヘルス対策に最も効果を発揮していると思うもの(1つ)

項目番号

ステップ 5

チェックした項目の中から最も取組みたいと思うもの(1つ)

項目番号

いつまでに行動に移すか

- 1か月以内
- 半年以内
- 1年以内

解説

「はい」に○が多くつくほど、ドライバーのメンタルヘルス対策の取組みが進んでいると考えられますが、自社の実情に応じて取組みの数だけではなく、質や実効性の観点にも着目し、PDCAサイクルを回しながら取組みのスパイラルアップを図りましょう。また、これらの項目以外の取組みも考えられます。他社事例や外部機関等の情報も活用しながら、より一層の健康的な職場づくりを目指しましょう。